

تأثیر برنامه آرام‌سازی پیشرونده عضلانی بر خودکارآمدی و کیفیت زندگی مراقبین بیماران مولتیپل اسکلروزیس

رضا مسعودی* محمد علی سلیمانی** جعفر مقدسی*** مصطفی قربانی****
حسینعلی مهرعلیان*** نسیم بهرامی**

* دانشجوی دکتری پرستاری دانشگاه جندی شاپور اهواز

** مربی و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی قزوین

*** مربی و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد

**** مربی دانشگاه علوم پزشکی گلستان و دانشجوی دکتری اپیدمیولوژی دانشگاه علوم پزشکی تهران

آدرس نویسنده مسؤول: قزوین، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، دانشکده پرستاری و مامایی، تلفن ۲۲۳۷۳۶۷ – ۰۲۸۱

Email: masoleimany@qums.ac.ir

تاریخ پذیرش: ۸۹/۶/۲۲

تاریخ دریافت: ۸۹/۲/۸

*چکیده

زمینه: مولتیپل اسکلروزیس (MS) یک بیماری مزمن سیستم عصبی مرکزی است که بر تمام جنبه‌های اقتصادی، مالی، اجتماعی و عاطفی فرد، خانواده و جامعه اثر می‌گذارد. انجام مراقبت مداوم، تنش مزمنی را در مراقبین بیماران به وجود می‌آورد؛ به طوری که خودکارآمدی و کیفیت زندگی آنان را به مخاطره می‌اندازد.

هدف: مطالعه به منظور تعیین تأثیر برنامه آرام‌سازی پیشرونده عضلانی بر کیفیت زندگی و خودکارآمدی مراقبین خانوادگی بیماران MS انجام شد.

مواد و روش‌ها: این کارآزمایی بالینی با حضور ۷۰ نفر از مراقبین بیماران MS در قالب دو گروه همگن شاهد و آزمون در سال ۱۳۸۸ در بیمارستان کاشانی شهرکرد انجام شد. روش آرام‌سازی پیشرونده عضلانی در طول سه ماه (۹۰ جلسه) برای گروه آزمون به کار رفت و با استفاده از چک لیست‌های خودگزارش‌دهی، میزان به کارگیری آن پی‌گیری شد. پس از ۳ ماه، پرسش‌نامه‌های سنجش خودکارآمدی و کیفیت زندگی مجدداً در اختیار گروه آزمون و شاهد قرار گرفت. داده‌ها با آزمون‌های آماری تی مستقل، تی زوج، کای دو و من ویتنی تحلیل شدند.

یافته‌ها: افزایش معنی‌داری در میزان خودکارآمدی و کیفیت زندگی مراقبین خانوادگی بیماران گروه آزمون ۳ ماه بعد از مداخله مشاهده شد ($P=0/001$)، در حالی که این تفاوت در گروه شاهد معنی‌دار نبود.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها، مداخله‌های مانند برنامه آرام‌سازی پیشرونده عضلانی می‌تواند مراقبین بیماران به ویژه بیماران MS را یاری دهد و برخوردکارآمدی و کیفیت مراقبت و کیفیت زندگی آنان بیفزاید.

کلیدواژه‌ها: آرام‌سازی پیشرونده عضلانی، خودکارآمدی، کیفیت زندگی، مراقبین، مولتیپل اسکلروزیس

*مقدمه

با ناتوانی جسمی و روانی، قادرند بیماران را در بالابردن توانایی‌هایشان یاری نمایند.^(۱)

انجام مراقبت مداوم، تنش مزمن را برای مراقب به وجود می‌آورد و توانایی‌های وی را برای کمک رساندن کامل و دلخواه محدود می‌کند و در نهایت سلامت جسمی و روانی او را تهدید می‌نماید.^(۳)

مطالعه‌های انجام شده بر روی کیفیت زندگی در طول

مولتیپل اسکلروزیس (MS) نوعی بیماری مزمن، پیشرونده و شایع سیستم عصبی مرکزی در بالغین جوان است. از آنجا که بیماری‌های مزمن، از جمله مولتیپل اسکلروزیس بر تمام جنبه‌های فرد، خانواده و جامعه اثر می‌گذارد، فقط درمان دارویی و کنترل دوره‌های بیماری این مبتلایان کافی نیست. مراقبین خانوادگی با توجه به نقش حساس آنها در زمینه توان بخشی بیماران